北大团队发现：间断禁食或能保护肝脏

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/28590.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

北大团队发现：间断禁食或能保护肝脏
。时间限制饮食法是一种间断禁食方式，通过限制进食时间窗口（如每天8小时或4小时内进食）来帮助调节血糖和血脂代谢，从而减轻体重。

北京大学多个团队合作发表在《细胞·代谢》上的最新研究显示，时间限制饮食法能显著改善代谢功能障碍相关的脂肪变性肝病和脂肪性肝炎症状。这种改善与肠道微生物的变化有关，特别是瘤胃球菌的增多。这种细菌及其代谢产物对于减轻肝脏炎症和纤维化至关重要。这些发现为治疗脂肪变性肝病和脂肪性肝炎提供了新的潜在方法。

作者：赵卫华 李忠明 来源：科技日报

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发